

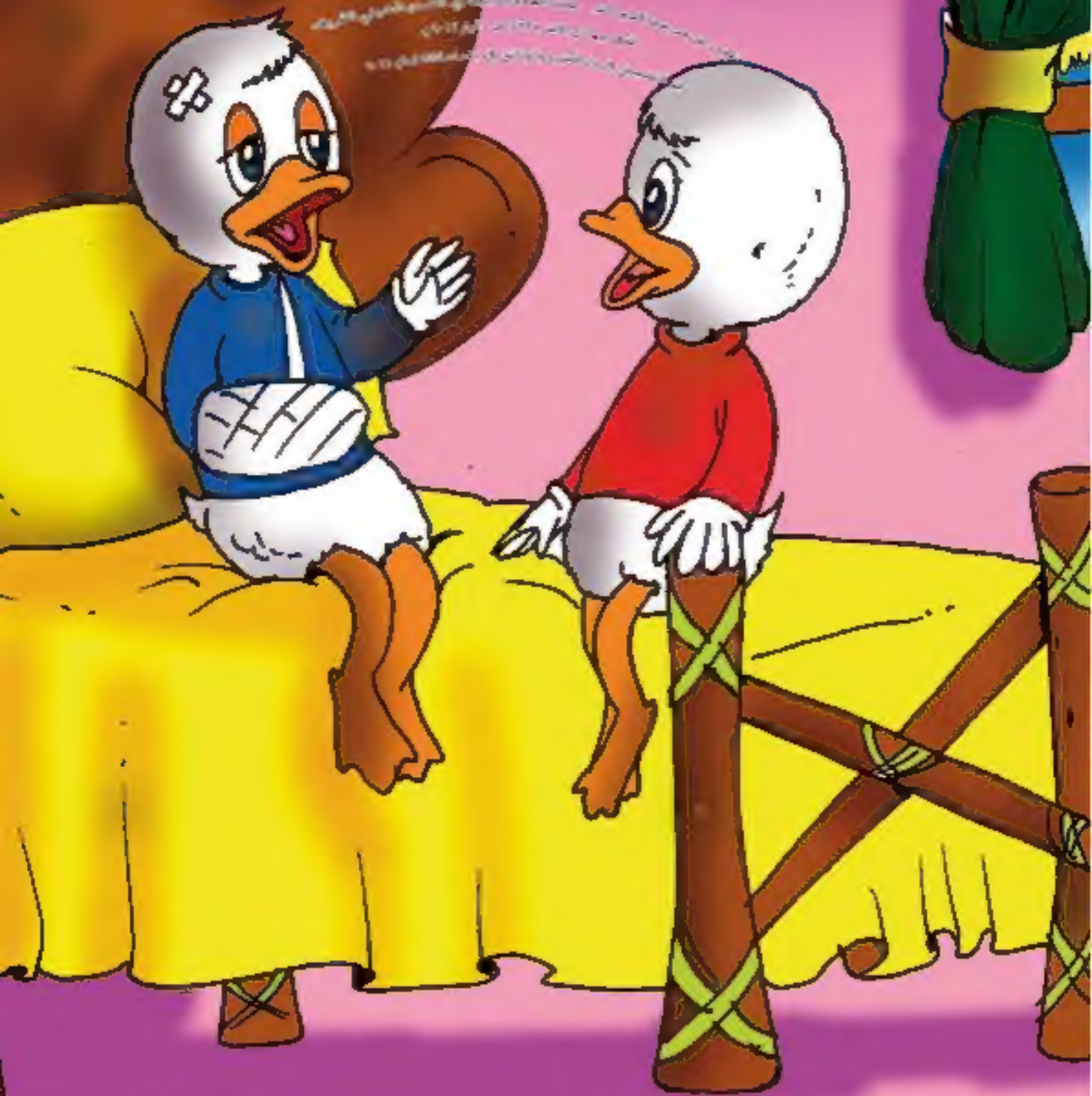
المحدث

١٢

الأسبوع على مدار ٧ أيام

براعم

الخير



فاطمة

الزهوراء



قلب من الصفاء والايمان
فاطمة الزهراء ما اكرمها
بنيت الرسول اكرم النساء
أحبها النبي حبا غامرا
كريمة ام الحسين والحسن
شاكرة علي عطاء ربها
كريمة ترعى علياً زوجها
ايمانها بآلله يهدي قلبها
مرت مرور العطر في الحياة
وغادرتها في الصيا مشتاقة

تبع من الضياء والحنان
سيدة النساء في الجنان
سمت سمو النجم في السماء
من طبعها الجميل والحياء
من مكنها في روعة اليقين من؟
صابرة صبرا جميلا في المحن
تصون طفليها وتحمي بيتها
فتتبع الناس و ترضي ربها
اميرة النساء والبنات
بيت لها في اجمل الجنات

متى أبلغ

يوم الولادة للفتي		يوم البلوغ		يوم الولادة للفتاة	
جمادى الآخرة ١٤١٨	شعبان ١٤١٩	جمادى الآخرة ١٤٣٣	شعبان ١٤٣٤	جمادى الآخرة ١٤١٨	شعبان ١٤١٩
١	٢٢	١	٢٢	١	٢٢
٢	٢٣	٢	٢٣	٢	٢٣
٣	٢٤	٣	٢٤	٣	٢٤
٤	٢٥	٤	٢٥	٤	٢٥
٥	٢٦	٥	٢٦	٥	٢٦
٦	٢٧	٦	٢٧	٦	٢٧
٧	٢٨	٧	٢٨	٧	٢٨
٨	٢٩	٨	٢٩	٨	٢٩
٩	٣٠	٩	٣٠	٩	٣٠
١٠	١/١	١٠	١/١	١٠	١/١
١١	٢	١١	٢	١١	٢
١٢	٣	١٢	٣	١٢	٣
١٣	٤	١٣	٤	١٣	٤
١٤	٥	١٤	٥	١٤	٥
١٥	٦	١٥	٦	١٥	٦
١٦	٧	١٦	٧	١٦	٧
١٧	٨	١٧	٨	١٧	٨
١٨	٩	١٨	٩	١٨	٩
١٩	١٠	١٩	١٠	١٩	١٠
٢٠	١١	٢٠	١١	٢٠	١١
٢١	١٢	٢١	١٢	٢١	١٢
٢٢	١٣	٢٢	١٣	٢٢	١٣
٢٣	١٤	٢٣	١٤	٢٣	١٤
٢٤	١٥	٢٤	١٥	٢٤	١٥
٢٥	١٦	٢٥	١٦	٢٥	١٦
٢٦	١٧	٢٦	١٧	٢٦	١٧
٢٧	١٨	٢٧	١٨	٢٧	١٨
٢٨	١٩	٢٨	١٩	٢٨	١٩
٢٩	٢٠	٢٩	٢٠	٢٩	٢٠
٣٠	٢١	٣٠	٢١	٣٠	٢١

مراجعة

المشرف العام:
السفير أحمد الصافي
رئيس التحرير:
علاء سعيد الأسدي
مدير التحرير:
كرار كريم زيارة
هيئة التحرير:
الشيخ بدر العلي
الشيخ ضحون الحفافي
علاء الذار العلي
أحمد الحفافي
للنواصل معلاء:
مدرسة الامام الحسين عليه
في العتبة الحسينية المطهرة
أو على الانترنت عبر القيس بوك
(براعم الخير)
هاتف:
٠٧٨٠١١٤٤٣٠٤
٠٧٧٠٣٢٥٠٧١
البريد الإلكتروني:
info-allhussain-sch.org
التصميم:
كرار كريم زيارة
مطبعة دار الضياء (تحت الطلب)
٧٨١-٦٣

كلمة

المشرف العام

بسم الله الرحمن الرحيم

اعزائي براعم الخير هذا الشهر تطل علينا
متاسبة عظيمة وهي ولادة الصديقة الطاهرة
فاطمة الزهراء عليها السلام فعليها ان تذكر
انها سلام الله عليها كانت اما رؤوفا رحيمة
باولادها وكانت مربية عظيمة للاحياء
لذكرى ولادتها علينا ان نعرف حق امتنا علينا
ونكون اولياء لها بالبر والاحسان فحيذا ان
نعمل يوم ولادة الصديقة ٢٠ جمادى الآخرة
يوم فرح نجدد الوفاء لامنا ونهدي لها هدية
وندعو لها بالعافية والغفرة والجنة فالجنة
تحت اقدام الامهات.
والسلام عليكم ورحمة الله وبركاته.

فاطمة بنت اسد

١١

اذكي الازكياء

٢٠

كوكو وبطوط

١٦



المؤمن يا احنائي كيف حالكم اليوم ان شاء الله بخير. هن احضرتكم المعلومات عن الامام علي عليه السلام التي طلبتها منكم في الحرس السابق؟

الكتاب نعم يا استاذ قد حضرنا ما طلبت منا.

المعلم بارك الله فيكم يا طلاب. الان اريد منكم معلومات عن الامام علي بن ابي طالب عليه السلام.

حسن هو الامام علي بن ابي طالب بن عبد المطلب بن هاشم بن عبد مناف. ابن عم الرسول الأعظم صلى الله عليه وآله، وامه فاطمة بنت اسد بنت هاشم بن عبد مناف.

جاسم ومن القابه وكناه: الكزار، المرتضى، الفاروق، الصديق، ابا الحسين، وابي الزحاحتين، ابا تراب، أمير المؤمنين، ويعسوب الدين.

حسين ولد عليه السلام بمكة في البيت الحرام يوم الجمعة الثالث عشر من شهر رجب بعد عام الفيل بثلاثين سنة ولم يولد في البيت الحرام

سواه قبله ولا بعده وهي فضيلة خصة الله بها إجلاله.

صالح نزل الوحي على الرسول الاكرم وكان عمر الامام علي عليه السلام ١٢ سنة.

محمد علي وبقي بمكة مع النبي ثلاث عشر سنة ثم هاجر فاقام معه بالمدينة عشر سنين.

احمد استشهد عليه السلام حيث ضربه ابن ملجم في المسجد وهو يصلي وبقي ثلاثة ايام مجروحاً حتى انتقلت روحه الى الله في ليلة الجمعة ٢١ من شهر رمضان المبارك سنة ٤٠ من الهجرة.

حسام قبره بالغري بمدينة النجف الأشرف في العراق.

مختار الامام علي عليه السلام هو افضل البشر بعد النبي محمد صلى الله عليه وآله

وسلم. احسنتم يا طلابي الاعزاء على هذه المعلومات القيمة، وفي الحرس القادم سنذكر أهم المعلومات لفاطمة الزهراء عليها السلام.



بسم الله الرحمن الرحيم



والتقينا بالبرعم الاخر الا وهو محمد مجاهد مهدي القرعاوي الذي يبلغ من العمر ثمان سنوات ويسكن في منطقة باب بغداد.

ما هي هواياتك يا محمد؟

قراءة القرآن وحفظ القرآن وقراءة المجلات والرسم.

هل تلتزم وقتك بين اللعب والدراسة ومعاونة الاهل في احتياجات المنزل؟

الظم وقتي فاجعل وقتاً لقراءة القرآن وزيارة الامام الحسين كل يوم والدراسة واللعب واما باقي اوقاتي فاقضيها في

معاونة والدي في عمله ووالدي في المنزل.

كيف تستفيد من العطلة الصيفية؟

بالمشاركة في الدورات التي تقيمها دار القرآن الكريم

لحفظ القرآن في الصحن الحسيني الشريف.

هل تحفظ شيئاً من القرآن الكريم؟

احفظ سورة يس والسور القصار.

ما هي تجربتك مع مدرسة الامام الحسين عليه

السلام الدينية؟

كانت تجربتي مع مدرسة الامام الحسين هي

المشاركة في بعض فعاليات المدرسة وخصوصاً التي

اكبر للصلاة في بعض الايام.

ما هي امتيكت عندما تكبر ان شاء الله؟

اتملى ان اصبح طبيباً وحافظاً للقرآن الكريم كاملاً

ما رايتك بمجلتنا براعم الخير؟

مجلة حلوة جيدة جداً وانا

من المتابعين لها والقراء

المستمرين.

هل ترغب بالمشاركة؟

نعم ارجب ان اشترك في هذه

المجلة الجميلة.





السيدة فاطمة بنت أسد (عليها السلام)

أحبائي براعم الخير لننقل لكم في هذا العدد مسجد الكوفة وهو من أهم المساجد في الإسلام وله مكانته الخاصة في قلوب المؤمنين وهناك روايات عن أهل البيت عليهم السلام كثيرة في فضل هذا المسجد.

مسجد الكوفة في الوقت الحاضر يكون على شكل مربع يبلغ ارتفاع جدران سورته حوالي (٢٠) متراً.

أما صحن المسجد فهو مكشوف توجد فيه مجموعة من المحاريب ويتوسطه موضع بيت النبي نوح عليه السلام الذي كان فيه التنوير الذي فار منه الماء فغطى الكرة الأرضية كلها حيث قال الله تعالى (وهار التنور) وهناك رواية تقول أن مياه الطوفان التي غمرت العالم كله في عهد النبي نوح (عليه السلام)، قد تدفقت من هذا المكان بالذات، وتوجد في المسجد عدة مقامات منها،

مقام النبي إبراهيم (عليه السلام)، ومقام الخضر (عليه السلام)، ودكة القضاء (بيت الميثاق) حيث كان الإمام أمير المؤمنين يقضي بين الناس في هذا المكان، ومقام النبي الأعظم محمد (صلى الله عليه وآله)، ومقام النبي آدم (عليه السلام)، ومقام الإمام الصادق (عليه السلام)، ومقام جبرائيل (عليه السلام)، ومقام زين العابدين (عليه السلام).

وفي بعض الروايات أن النبي محمد (صلى الله عليه وآله) عندما أسري به ليلة المعراج نُزل في موضع مسجد الكوفة وصلى فيه. ويوجد فيه محراب الشهادة وهو موضع استشهاد الإمام علي عليه السلام سنة (٤٠) هجرية.

ويلتصق بالمسجد من الشمال بناء يضم مرقد الشهيد (مسلم بن عقيل بن أبي طالب) سفير الإمام الحسين (عليه السلام) لأهل العراق، و(هاني بن عروة) الصحابي الجليل الذي قتل بسبب ولانه ونصرته للإمام الحسين (عليه السلام) وكذلك مرقد (المختار بن أبي عبيد التقي)، الأخد بشار الحسين (عليه السلام).

لقد شهد مسجد الكوفة قيام مدرسة عظيمة تخرج منها آلاف العلماء في الفقه والحديث واللغة والتحو والصرف وفي الكيمياء والفلك والفلسفة.

أحبائي براعم الخير تكلمة لحدثنا في العدد السابق عن أمهات المعصومين الأربعة عشر وأنهم من الفضل النساء فحدثنا في هذا العدد عن أم الإمام علي بن أبي طالب عليه السلام وهي السيدة فاطمة بنت أسد بن هاشم بن عبد مناف.

لقد عاشت السيدة فاطمة بنت أسد (عليها السلام) إلى جانب زوجها أبي طالب (عليه السلام)، ولها من الأولاد بين ذكور وإناث هم،

١، طالب (عليه السلام)، ولها من الأولاد بين ذكور وإناث هم،

٢، طالب (عليه السلام)، ولها من الأولاد بين ذكور وإناث هم،

٣، جعفر، ٤، علي (عليه السلام)، ٥، أم هانئ، ٦، جمانة.

إن فاطمة بنت أسد (عليها السلام) كانت مؤمنة بالله عز وجل وموحدة له تعالى على دين إبراهيم (عليه السلام) ولم تعبد الأصنام أبداً لا كسائر الجاهليين وهي التي تكفلت بتربية النبي صلى الله عليه وآله وسلم مع زوجها أبو طالب عليه السلام حتى كبر النبي صلى الله عليه وآله وسلم في حجرها وكانت تفضله على ولدها فكانت خير أم للنبي بعد وفاة أمه أمنة سلام الله عليها، فلما بعث رسول الله (صلى الله عليه وآله وسلم) كانت من السابقات إلى الإسلام والمؤمنات بنبوته (صلى الله عليه وآله وسلم).

عندما أصبحت حاملاً بأمير المؤمنين علي بن أبي طالب عليه السلام فهناك حصلت معجزة عظيمة يشهد لها التاريخ فقد دخلت إلى داخل الكعبة المشرفة وبقيت ثلاثة أيام وفي اليوم الثالث انشق جدار الكعبة المشرفة وخرجت إلى الملاء تحمل المولود الجديد وهو الإمام علي بن أبي طالب عليه السلام أمام المتقين وأول الناس إيماناً بالنبي الأكرم.

وعند وفاتها يكنى عليها النبي محمد صلى الله عليه وآله وسلم والإمام علي عليه السلام.

وقبرها الشريف في البقيع القريب بقرب قبور أئمة أهل البيت (عليهم السلام)، وقد هدم الوهابيون تلك القباب الطاهرة، ويجب على المسلمين السعي لإعادة تلك القباب الشريفة.

لسلام عليها يوم ولدت ويوم ماتت ويوم تبعث حية.



مسجد الكوفة

أحبائي براعم الخير لننقل لكم في هذا العدد مسجد الكوفة وهو من أهم المساجد في الإسلام وله مكانته الخاصة في قلوب المؤمنين وهناك روايات عن أهل البيت عليهم السلام كثيرة في فضل هذا المسجد.

مسجد الكوفة في الوقت الحاضر يكون على شكل مربع يبلغ ارتفاع جدران سورته حوالي (٢٠) متراً.

أما صحن المسجد فهو مكشوف توجد فيه مجموعة من المحاريب ويتوسطه موضع بيت النبي نوح عليه السلام الذي كان فيه التنوير الذي فار منه الماء فغطى الكرة الأرضية كلها حيث قال الله تعالى (وهار التنور) وهناك رواية تقول أن مياه الطوفان التي غمرت العالم كله في عهد النبي نوح (عليه السلام)، قد تدفقت من هذا المكان بالذات، وتوجد في المسجد عدة مقامات منها،

مقام النبي إبراهيم (عليه السلام)، ومقام الخضر (عليه السلام)، ودكة القضاء (بيت الميثاق) حيث كان الإمام أمير المؤمنين يقضي بين الناس في هذا المكان، ومقام النبي الأعظم محمد (صلى الله عليه وآله)، ومقام النبي آدم (عليه السلام)، ومقام الإمام الصادق (عليه السلام)، ومقام جبرائيل (عليه السلام)، ومقام زين العابدين (عليه السلام).

وفي بعض الروايات أن النبي محمد (صلى الله عليه وآله) عندما أسري به ليلة المعراج نُزل في موضع مسجد الكوفة وصلى فيه.

ويوجد فيه محراب الشهادة وهو موضع استشهاد الإمام علي عليه السلام سنة (٤٠) هجرية.

ويلتصق بالمسجد من الشمال بناء يضم مرقد الشهيد (مسلم بن عقيل بن أبي طالب) سفير الإمام الحسين (عليه السلام) لأهل العراق، و(هاني بن عروة) الصحابي الجليل الذي قتل بسبب ولانه ونصرته للإمام الحسين (عليه السلام) وكذلك مرقد (المختار بن أبي عبيد التقي)، الأخد بشار الحسين (عليه السلام).

لقد شهد مسجد الكوفة قيام مدرسة عظيمة تخرج منها آلاف العلماء في الفقه والحديث واللغة والتحو والصرف وفي الكيمياء والفلك والفلسفة.

أحبائي براعم الخير تكلمة لحدثنا في العدد السابق عن أمهات المعصومين الأربعة عشر وأنهم من الفضل النساء فحدثنا في هذا العدد عن أم الإمام علي بن أبي طالب عليه السلام وهي السيدة فاطمة بنت أسد بن هاشم بن عبد مناف.

لقد عاشت السيدة فاطمة بنت أسد (عليها السلام) إلى جانب زوجها أبي طالب (عليه السلام)، ولها من الأولاد بين ذكور وإناث هم،

١، طالب (عليه السلام)، ولها من الأولاد بين ذكور وإناث هم،

٢، طالب (عليه السلام)، ولها من الأولاد بين ذكور وإناث هم،

٣، جعفر، ٤، علي (عليه السلام)، ٥، أم هانئ، ٦، جمانة.

إن فاطمة بنت أسد (عليها السلام) كانت مؤمنة بالله عز وجل وموحدة له تعالى على دين إبراهيم (عليه السلام) ولم تعبد الأصنام أبداً لا كسائر الجاهليين وهي التي تكفلت بتربية النبي صلى الله عليه وآله وسلم مع زوجها أبو طالب عليه السلام حتى كبر النبي صلى الله عليه وآله وسلم في حجرها وكانت تفضله على ولدها فكانت خير أم للنبي بعد وفاة أمه أمنة سلام الله عليها، فلما بعث رسول الله (صلى الله عليه وآله وسلم) كانت من السابقات إلى الإسلام والمؤمنات بنبوته (صلى الله عليه وآله وسلم).

عندما أصبحت حاملاً بأمير المؤمنين علي بن أبي طالب عليه السلام فهناك حصلت معجزة عظيمة يشهد لها التاريخ فقد دخلت إلى داخل الكعبة المشرفة وبقيت ثلاثة أيام وفي اليوم الثالث انشق جدار الكعبة المشرفة وخرجت إلى الملاء تحمل المولود الجديد وهو الإمام علي بن أبي طالب عليه السلام أمام المتقين وأول الناس إيماناً بالنبي الأكرم.

وعند وفاتها يكنى عليها النبي محمد صلى الله عليه وآله وسلم والإمام علي عليه السلام.

وقبرها الشريف في البقيع القريب بقرب قبور أئمة أهل البيت (عليهم السلام)، وقد هدم الوهابيون تلك القباب الطاهرة، ويجب على المسلمين السعي لإعادة تلك القباب الشريفة.

لسلام عليها يوم ولدت ويوم ماتت ويوم تبعث حية.



ذكر القرآن الكريم قوم عاد وانهم كانوا ينحتون الجبال فيجعلونها بيوتاً لسكنائهم ويمجدون الأصنام ويكفرون بالله فأرسل الله نبيه هود عليه السلام ودعاهم إلى عبادة الله وترك عبادة الأصنام.





التجف الاشرف



دياليس



بيسنداد



تجف الاشرف

الدورات الصيفية



بيسنداد



التجف الاشرف



الناسرية



الناسرية



أذية الآخرين

سيناريو / أسيا عثمان
رسم وتلوين / خيدر الرسام



سمكة أبو شراع



ولكنها تقوم بضرد عندما تحس بالخطر أو عندما تشعر بأنها مهددة، وذلك لجعل السمكة تبدو أكبر بكثير مما هي عليه بالفعل لكي تخيف الأعداء وهي سريعة النمو في عمر عام واحد فقط يصل طولها ٣ أمتار ويصل وزنها إلى ٩٠ كغ وهي سريعة جداً فهي يمكنها السباحة بسرعة ١٠٠ كيلو في الساعة تتغذى على الأسماك و الحبار الموجود على سطح الماء أو التي تكون موجودة تحت سطح الماء. وتتميز سمكة أبو شراع بأمور أخرى منها، ١- يمكنها إخراج المعدة من فمها ثم استرجاعها بسهولة وبسرعة. ٢- يمكنها السباحة على سطح الماء بسرعة فائقة بدون تحريك أي جزء من جسمها إلا ذيلها فقط.

سمكة أبو شراع هي من جنس (استيوفورس) وتنقسم إلى نوعين من الأسماك هما، أبو شراع المحيط الهادي و أبو شراع المحيط الأطلسي و أبو شراع المحيط الهندي ولذلك فقد نجد النوع الثاني في الخليج العربي وكذلك البحر الأحمر وتعيش عادة في المياه العميقة في المناطق الأكثر دفئاً في جميع محيطات العالم وهي تعد من الأسماك المحببة للصيد بطريقة الجمر. وهي زرقاء إلى رمادية اللون وتمتاز بلون ضامق من جهة الظهر وأزرق في الوسط وفني جهة البطن. فكها العلوي أطول من السفلي ويشبه السيف إلى حد كبير. جسمها مغطى بالقشر ولها زعنفة ظهرية تلموا أكبر من باقي زعنفتي جسمها وتشكل ما يشبه الشراع وهو سبب تسميتها بسمكة أبو شراع. والشراع عادة ما يبقى مطوي إلى الأسفل وإلى الجانب عند السباحة.



الاستخدامية الضخمة.

ومع أن غلافه الجوي قليل الكثافة مقارنة بالأرض إلى أنه كاف لتسمح بتكون السحب والرياح إضافة إلى العواصف الرملية على السطح. يملك المريخ أيضاً قطبين متجمدين تماماً كقطبي الأرض، وتتغير مساحتهما مع مرور الفصول (الموجودة أيضاً على ذلك الكوكب). هذا الشبه كله بالأرض هو ما يدعو العديدين للاعتقاد بوجود حياة على هذا الكوكب بشكل خاص. وللترويج إليه كثيراً على أنه كوكب المخلوقات الفضائية. يملك المريخ قمرين (فوبوس وديموس)، مع أنهما لا يشبهان قمر الأرض أبداً. فهما أصغر بكثير منه وأشكاليهما غير منتظمة.

اعتزائي براعم الخبير في هذا العدد سنتكلم عن كوكب يشبه كوكب الأرض ألا وهو كوكب المريخ وهو رابع أبعد الكواكب عن الشمس، وجار الأرض المشهور بكونه الكوكب الحي الآخر. يظهر المريخ في سماء الأرض كقرص يرتقالي -محمر لامع- توجد دلائل قوية على أن الماء كان يتدفق في يوم ما على سطح المريخ. بما في ذلك آثار الخنادق والقنوات والأودية التي يعتقد أنه قد حضرها المياه. كما أنه قد عثر على دليل في أحد التيازك التي وصلت إلى الأرض من المريخ على وجود حياة عليه، لكن ما زال الجدل قائماً بشأن مدى صحة هذا الدليل. وأيضاً هناك العديد من الآثار لتشاطعات بركانية في الماضي على سطح الكوكب، إضافة إلى العديد من الفوهات



نباتات الشعيان

الكويرا الزنابق في الشتاء البارد تصاب بالخمول في سبيل العيش في الاجل الطويل. فالنباتات تموت أسفل الريزومات من برودة الشتاء وتحافظ البرودة على الاوراق في الشتاء خلال فترة الخمول. وتستغرق هذه الفترة من ٣ إلى ٥ اشهر خلال السنة، ويتوقف نموها كله. وفي الربيع ترسل النباتات الناضجة ايماءات للزهور. وبعد بضعة اسابيع يبدأ النبات في الحياة مرة أخرى. كثير من التحسين لهذا النبات اكل اللحم نجحوا في زراعة هذه النباتات. واكتشفت ثلاثة ألوان، خضراء، وحمراء، واحمر - اخضر. و البري منها كله أخضر اللون.

احيائي براعم الخبير ستعرف في هذا العدد على نبات يأكل اللحم فلا تخافوا من هذه التبة. فهذا النبات يشبه الشعيان (الكويرا) فهو ينمو في المستنقعات ويتسرب مع المياه الجارية. وهو غير مألوف نظرًا إلى ندرته. اسم كويرا الزنابق يأتي من تشابه اتيوب بارز فيها يشبه راس الكوبرا مع تشعب الورقة التي تتراوح بين الاصفر إلى الأرجواني - أخضر - تشبه "أنياب" الشعيان و"اللسان". اكتشف في عام ١٨٤١ ميلادي. نمو الزنابق كويرا من البذور يطيناً للغاية والكويرا شتلة من الصعب الحفاظ عليها تنمو في أواخر الشتاء والربيع. مثل كثير غيرها من النباتات آكلة اللحم.



هه ما حديد يا حسن واتنود
اير دايو شعوا اير دايو
باصه اير دايو دار الحصيد يا
له من حصيد الا فوالقنيس نه
حصيد

حسن ايتي نه اير
اير دايو ايتي نه

سكرا على كورن
واتي سادول صيدا هر
بيت الحصيد

سكورا صيد
اير دايو

ما هذا كورن كيف يفتد
هر شيخ حسن بجمه طينه
اتنود واتي رايان على
حصيد

اتنود ما رايان
طويلا هل حصيد
د حصيد يا صيدا

بهم يا واتي هانها
موتس هيا ايتي
بصري

اير دايو ايتي نه
باصه اير دايو

ولا كان بصيد واتي هيا
باصه سبطر باقيا وار نه
واتي هيا بصيد واتي هيا
باصه اير دايو

كيت اير دايو من صيدا
باصه اير دايو ايتي نه
باصه اير دايو ايتي نه
باصه اير دايو ايتي نه

باصه اير دايو ايتي نه
باصه اير دايو ايتي نه

باصه اير دايو ايتي نه
باصه اير دايو ايتي نه

التغذية الجيدة

وعدم العمل بالعوادات السيئة تجعلك برعها مثالياً

دقيقة في اليوم سيؤيد من قدرة كرات الدم البيضاء على مقاومة الأمراض وكذلك عدم الحصول على قسط وافر من النوم يمكنه أن يضعف جهاز المناعة. وقلة النوم ترتبط أيضاً ببعض المشاكل الصحية والأمراض مثل أمراض السكر والقلب والسمنة. أظهرت العديد من الدراسات أن النوم يمتلك خصائص ومفومات ضد المكروبات والفيروسات. فقد ثبت أن النوم يزيد من إنتاج كرات الدم البيضاء ويعمل كمضاد للأكسدة داخل الجسم.

واعلم أن المكسرات مهمة وتحتوي على الفيتامينات والمعادن ومضادات الأكسدة وقد أظهرت الأبحاث والدراسات وجود علاقة مباشرة بين تناول المكسرات وعدد من الفوائد الصحية مثل تقليل نسبة الإصابة بالأمراض المزمنة.

وان الكاكاو له دور مؤثر في رفع أداء جهاز المناعة ويحفظ أخذه بدون إضافات مثل الشاي.

كما أظهرت الأبحاث أن استهلاك الكاكاو بطريقة منتظمة ودائمة يمكنه أن يقلل من نسبة الإصابة بأمراض القلب ويمنع حدوث عمل كوما من الكاكاو الساخن مع لبن قليل الدسم.

ونسأل الله لكم دوام الصحة والعافية.

أصاني وأعراسي براعم الخير فتطرق في هذه الحلقة حول بعض الأساليب الخطرة على حياتكم لذا عليكم الانتباه لهذا الأمر.

أن الجهاز المناعي يعتمد على مدى الانقسام بانفسنا ونظامنا وتوجد بعض العادات السيئة غير الصحية والتي يمكنها أن تضعف المناعة بحيث تكون أجسامنا معرضة للأمراض المختلفة وهناك بعض النصائح التي ستحافظ على قوة جهازك المناعي ببراعم الخير وأيضاً مناعة بابا وماما وكذلك أطفالنا الرضوع.

أن التدخين المباشر أو التدخين السلبي سبب رئيسي لأمراض الجهاز التنفسي وأمراض والتغيرات الوراثية. فقد أثبتت الدراسات على أن التدخين يؤثر على كيفية مواجهة كرات الدم البيضاء لفيروسات وأمراض مثل الأنفلونزا والتهاب الرئوي.

وبينت الدراسات على أن الضغوطات المستمرة يمكنها أن تؤثر على عدد كرات الدم البيضاء وهو الأمر الذي يجعل الجسم أكثر عرضة للإصابة بالأمراض ونزلات البرد وتجعل من الصعب على الطفل أو الأم مقاومة المرض.

عليكم يا براعم الخير ممارسة الرياضة والتمارين الرياضية فانه امر مهم وفي غاية الأهمية لعمل جهاز المناعة بقوة وعليناكم الادراك يا براعم الخير أن مجرد المشي لمدة 30

الى جنوب شرق الهند











وحلفت بنا بساط الريح في رحلة جديدة من رحلات البحث عن محبي ال محمد (صلى الله عليه وآله) وفي هذه المرة كانت رحلتنا الى الشرق. ولكن متجهة الى الجنوب الشرقي (جنوب شرق الهند) حيث كلما كان الاتجاه الى الجنوب كانت عبادة اللوثان منتشرة بشكل كبير حيث تفوح روائح كريهة تفصح عن عبادة الشيطان والبعد عن الرحمة. ولكن بين تلك البقع السوداء كانت هناك بقع تشع بنور المحبة والولاء المحمدي الاصيل حيث هبط بنا البساط في إحدى قرى ولاية مراس الهندية حيث الهواء الحار الرطب فالتقينا بهرم محمدي وهو عباس ياور فتعرفنا عليه وسألناه عن معتقده وتاريخ وصول النور المحمدي الى هذه البلاد النائية المظلمة على خليج البنغال فأجابنا أنا مسلم موالٍ لمحمد وآل محمد ومن أصل عريق بهذه البلاد. وجاء الإسلام الى بلادنا على أيدي الفاتحين المسلمين المغول الذين هم السلام والاستقرار في بلادنا بقومهم؟ فقلت له متعجباً؟ من المغول؟ فأجاب نعم المغول فعلى الرغم من تاريخهم القديم المشيع إلا أن أحد أحقاد هؤلاء صار مسلماً على يد كبار علماء الشيعة ثم صار شيعياً على يد العلامة الهادي وصار جميع حكام المغول مسلمون فرفعوا راية الإسلام في المشرق ونشروا الإسلام وأفضت دولهم الى العصر الحديث حتى دخل الانكليز الى بلاد الهند. وقد أحب الناس المغول لعديدهم وعدم التزم أحد بالإسلام واتما دخلنا الإسلام طوعاً وأصبحت كلمة العسكري الاسلامي تطلق على عسكري المغول وكلمة المسلمين هي لغة العسكري (لغة الأردو) فلهذا لغة التلاقي بين شعوب الشرق الاسلامي حيث كان عسكري المغول يضم المغول والعرب والفرس والتره فتكونت لغة جديدة بنكهة هندية تلوها الالبان والتسامح وحب الحكمة والعلم واليوم تعتبر لغة الأردو من أكبر لغات المسلمين من حيث العدد؟ فسألناه كيف؟ فأجاب أن الناطقين بها تقريباً نصف مليار مسلم. (150 مليون في البنغال، 180 في باكستان، 120 في الهند) والباقي متفرق في جند المحيط الهندي.

ومن الجدير بالذكر أن شبه القارة الهندية كانت ملاذاً آمناً لكثير من العلويين الهاريين من بطش العباسيين وأمثالهم فبذلك تزيقت أرضنا بكثير من السادات من آل محمد الأطهار صلوات الله عليهم أجمعين.



أشكال وأعداد

6			20
			28
			24
22	26	24	

عين الأعداد التي يحل عليها كل شكل من الأشكال الهندسية الموجودة في المربعات وسنلقينا بالمجموع الموجود في الأسفل ونرمون

الجواب في العدد القادم



طالب يرسم أوراق الرياضيات في طفل ذهب يشتري نظارات. سأل الأستاذ الطالب: اذكر أربعة الهواء سألته الأستاذ لماذا ترميها؟ قال صاحب المحل له هل تريد حيوانات اليفة؟ قال: أريد أن أفهمها وهي طائرة؟ نظارات للشمس أم للقراءة؟ الطالب: بطة وثلاثة قطط! قال: لا للشمس ولا للقراءة أريدها لاجي.

ضع رقماً
داخل المربع
الفارغ كي
يكون الناتج
صحيحاً

١٢ =	٦	+	٢
١٢ =	٧	+	٥
١٢ =	٣	+	٩
١٢	١٢	١٢	

العاب وحساب



في هذه الصور الأربعة صورتان متشابهتان اكتشف ذلك بعشرين ثانية

5 =		جواب العدد السابق ١٠
7 =		
9 =		

هل تعلم

- أن عدد آيات القرآن الكريم ١١٣٦ آية.
- أن عدد الأجزاء المذكورين في القرآن الكريم هم ٢٥ نبي.
- أن عدد نبضات قلب الإنسان في الدقيقة بمعدل وسطي ٧٠ نبضة.
- أن عدد صمامات القلب في جسم الإنسان أربعة.
- أن أكثر الفواكه نفعاً لجسم الإنسان هي العنب.

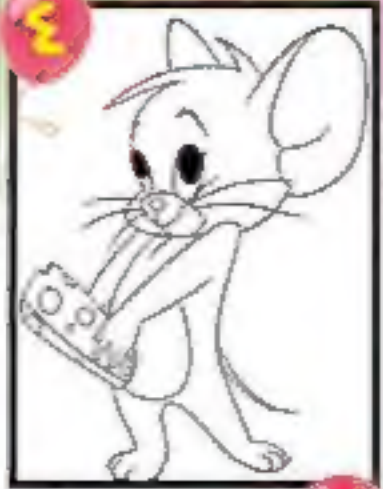
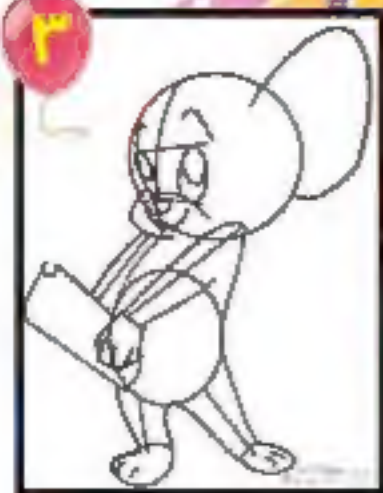
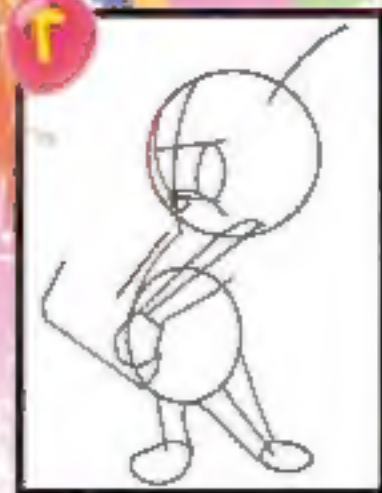
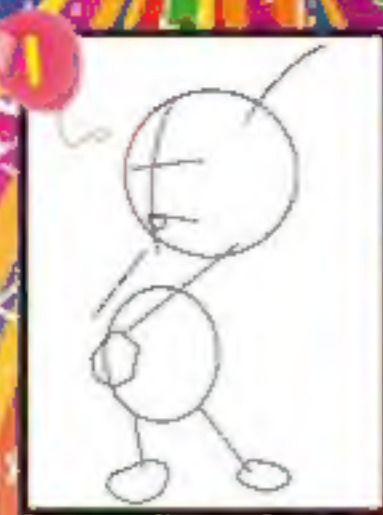
المتاهة



ساعد مرتضى
ليتمكن من
قراءة القرآن

هيا نرسم

الحيث نرسم قارارا



افعال الصلاة

٢

١



٤

٣



٦

٥



براعم

